



desembre 2018

La responsabilitat

El menjador, gràcies al llibre **La volta al món en 80 dies**, seguirà situat a Egipte i això ens farà recordar el desert i els camells dels pessebres en aquestes **festes de solidaritat**. Traslladats a aquella terra de sorra, valorarem el control del soroll ambiental amb el **projecte d'educació acústica**, apreciament el gust per la melodia i el silenci en la natura. Dintre de la **responsabilitat ambiental** crearem les nostres pròpies joguines amb materials reciclats per evitar ser com els grans faraons que volien ser enterrats amb els seus tresors. Jugarem a jocs de màscara amb els egipcis que només pintaven als homes i dones de costat i amb un sol ull. Arribarem a la festa del Nadal, on no faltaran el nostre Tió, els arbres, les neules, els torrons i **els millors desitjos de pau i felicitat** com a mitjà de transport que ens guiaran tota la vida.



| dilluns | dimarts | dimecres | dijous | divendres |
|--|---|---|---|---|
| 3 Kcal:599 HC:72 Lip:26 Prot:19 Bròquil, pastanaga i patata Botifarra amb seques Fruita del temps | 4 Kcal:610 HC:69 Lip:20 Prot:36 Sopa de rap i arròs Pollastre a la taronja amb amanida logurt artesà | 5 Kcal:814 HC:90 Lip:36 Prot:33 Macarrons gratinats Truita d'espínacs amb amanida Fruita del temps | 6 FESTA | 7 Kcal:651 HC:93 Lip:16 Prot:34 Arròs amb verdures i quinoa Estofat de tonyina Fruita del temps |
| 10 Kcal:688 HC:91 Lip:23 Prot:30 Espaguetis amb tomàquet, alfàbrega i formatge Calamars a l'andalusa casolans amb amanida Fruita del temps | 11 Kcal:649 HC:74 Lip:26 Prot:29 Cigrons amb col i pastanaga Truita de pernil amb amanida Fruita del temps | 12 Kcal:619 HC:57 Lip:21 Prot:50 Sopa de brou i pistons Pollastre a la farigola amb amanida logurt artesà | 13 Kcal:634 HC:98 Lip:18 Prot:21 Crema de porros amb crostonets Paella mixta (carn i peix) Fruita del temps | 14 Kcal:645 HC:79 Lip:21 Prot:35 Bleda i patata Fricandó de vedella amb bolets Fruita del temps |
| 17 Kcal:679 HC:80 Lip:27 Prot:29 Llentíes estofades Truita de patata i ceba amb amanida Fruita del temps | 18 Kcal:767 HC:81 Lip:37 Prot:27 Tallarines al pesto d'espínacs Croquetes de carn d'olla amb amanida Fruita del temps | 19 Kcal:598 HC:73 Lip:23 Prot:25 Puré de verdures amb blat sarraí Rostit de llong amb patates fregides Fruita del temps | 20 Kcal:637 HC:96 Lip:15 Prot:28 Arròs amb sofregit casolà Lluç a la planxa amb amanida Fruita del temps | 21 FESTA DE NADAL Escudella de nadal Pollastre amb prunes Neules i torrons |

